

## **Причины распространения алкоголизма и наркомании среди подростков**

Алкоголизм и наркомания могут развиваться из-за возрастных особенностей в психике подростка, который стремится доказать родителям, что он взрослый и уже не нуждается в их опеке. Фоном для закрепления вредных привычек могут стать гиперопека со стороны взрослых или, напротив, дефицит любви и внимания.

Помимо гормональных изменений в организме, подростковый возраст характеризуется еще и неустойчивостью психики. В возрасте 12-16 лет авторитетом для подростка являются не взрослые — родители и учителя, а компании сверстников. Подавляющее большинство подростков крайне болезненно воспринимают статус «белой вороны» и хочет как можно скорее повысить свой авторитет в их глазах.

В группе риска развития алкоголизма и наркомании находятся подростки, имеющие поражения центральной нервной системы в результате родовых травм или заболеваний, перенесенных в детстве. Поэтому для них важен существенный контроль за поведением со стороны родителей.

Со временем из вредных привычек алкоголизм и наркомания могут перерасти в болезненную зависимость и привести к серьезным проблемам. Как правило, юноши и девушки, впервые пробуя спиртные напитки или наркотики, редко задумываются о долгосрочных последствиях этих увлечений.

Алкоголизм и наркомания приводят к следующим негативным последствиям для жизни человека:

- потере самоконтроля в состоянии алкогольного и наркотического опьянения;
- риску развития различных заболеваний;
- потере трудоспособности;
- конфликты в семье;
- риск правонарушений и преступлений.

Внешний вид алкоголика непривлекателен. Как правило, у людей, употребляющих спиртные напитки в больших количествах, красноватый цвет лица, тусклые волосы, плохое состояние кожи, в далеко зашедших стадиях человек худеет, но у него накапливаются отеки в полости живота, появляются и другие признаки поражения печени. У наркоманов красные и мутные глаза, бледная кожа, следы от уколов шприцем на руках или в паху, его поведение становится неадекватным. Все вышеперечисленное уже является симптомами необратимых изменений в организме, за которыми следует полный распад личности, а затем и возможный летальный исход. Важно как можно чаще демонстрировать подросткам все негативные стороны зависимостей.

## **Мероприятия по профилактике наркомании**

К сожалению, подростковая наркомания распространяется быстрее, чем принимаются меры по борьбе с ней. Но наркоманию, как и любую другую болезнь, легче предупредить, чем лечить. Поэтому профилактика наркомании должна стать обязательной частью образовательных программ.

Значительную роль в [профилактике](#) наркомании сегодня играет наглядная агитация при помощи документальных и художественных фильмов, а также социальных рекламных роликов. Визуальный контент пользуется достаточно широкой популярностью среди подростков и молодежи и направлен на развитие и поддержание навыков здорового образа жизни.

Если профилактика наркомании является основной целью фильма или видеоролика, то его содержание должно соответствовать следующим требованиям:

- позитивное настроение;
- информация о трагических последствиях наркомании;
- отсутствие сцен употребления наркотиков;
- участие квалифицированных специалистов — наркологов, психологов и работников правоохранительных органов;
- понятный и доступный вывод.

Другим профилактическим направлением в борьбе с наркоманией является санитарно-просветительская работа в учебных заведениях. Она включает в себя следующее:

- лекции и семинары о проблемах подростковой наркомании;
- рассказ о тяжелых последствиях наркомании для здоровья человека — отравлениях и смертях от наркотиков;
- обучение приемам выявления наркотического опьянения.

Проводить семинары и лекции должны медицинские специалисты — психологи, наркологи, сотрудники реабилитационных центров.

Разумеется, если наркотики изначально не интересны подростку, то и риск возникновения зависимости сводится к минимуму. Поэтому не менее эффективным средством борьбы с наркотизацией молодежи будет достойная альтернатива употреблению наркотиков. Чаще всего это серьезные увлечения в виде спорта, творчества или хобби. Для родителей и педагогов особенно важно поддерживать подростка в его увлечениях.

Пропаганда здорового образа жизни и профилактические меры следует начинать в начальной школе и продолжать до старших классов. Таким образом, грамотная профилактика поможет существенно уменьшить число наркоманов, лишая наркотики привлекательности в глазах подростков.

## **Важность профилактики вредных привычек**

Вредные привычки неизбежно приводят к ухудшению качества жизни человека, его здоровья и отношений с окружающими. Высокий уровень информированности об их последствиях существенно снижает риск их развития у подростков и молодежи. Для успешной профилактики следует донести до них мысль о том, что курение, алкогольная и наркотическая зависимость, а также игромания — не безобидные шалости, а болезни, имеющие далеко идущие социальные и психологические последствия.

Профилактические меры могут быть самыми разными — от серьезных бесед с психологами и педагогами, произведений искусства — песен популярных исполнителей и кинофильмов — до самых необычных, но от этого не менее эффективных. Например, в США были выпущены специальные пепельницы со встроенным звуковым устройством. При тушении сигареты раздавался [кашель](#) курильщика. А японские изобретатели

предложили курильщикам зажигалку, которая при прикуривании играла похоронный марш. Для многих людей эти, на первый взгляд, шуточные предупреждения — повод задуматься.

Безусловно, основы личности подростка закладываются в семье. Если с раннего детства он не видит вокруг себя людей, которые курят, злоупотребляют спиртными напитками или наркотиками, то вредные привычки не будут привлекательными для них. Также будет минимальным и риск их общения в компаниях курильщиков или наркоманов. Но, к сожалению, немногие семьи могут считаться гармоничными. Конфликты в семье, разводы родителей или другие стрессовые ситуации могут привести юношу или девушку к вредной привычке или негативному влиянию сверстников. Поэтому работа с подростками, подверженными вредным воздействиям, должна стать результатом совместных усилий учителей, психологов и специалистов правоохранительных органов.

Чем больше поддержки получает подросток в семье и школе и чем больше в его жизни позитивных увлечений и информации об окружающем мире, тем меньше риск развития зависимости и тем лучше его перспективы в учебе, карьере и личной жизни в будущем.